

## **7 PŘÍLOHY**

Příloha 1: Seznam grafů

Příloha 2: Seznam tabulek

Příloha 3: Vyjádření etické komise

Příloha 4: Úvod k dotazníku

Příloha 5: Dotazník

## **Příloha 1: Seznam grafů**

Graf 1 - Pohlaví respondentů.....	35
Graf 2 - Zastoupení postů hráče/hráčky šestkového volejbalu.....	38
Graf 3 - Zastoupení postů hráče/hráčky plážového volejbalu .....	39
Graf 4 - Porovnání lokalizace poranění u šestkového a plážového volejbalu .....	40
Graf 5 – Porovnání poranění hlezenního kloubu u šestkového a plážového volejbalu	41
Graf 6 - Porovnání poranění kolenního kloubu u šestkového a plážového volejbalu ..	41
Graf 7 – Porovnání poranění ramenního kloubu u šestkového a plážového volejbalu	42
Graf 8 - Porovnání poranění bederní páteře u šestkového a plážového volejbalu .....	42
Graf 9 - Porovnání poranění zápěstí u šestkového a plážového volejbalu .....	43
Graf 10 - Porovnání poranění loketního kloubu u šestkového a plážového volejbalu .	44
Graf 11 - Porovnání jiných poranění u šestkového a plážového volejbalu .....	44
Graf 12 - Porovnání poranění hlezenního a kolenního kloubu u šestkového a plážového volejbalu.....	45
Graf 13 - Porovnání poranění ramenního kloubu a bederní páteře u šestkového a plážového volejbalu.....	46
Graf 14 – Porovnání typu poranění u šestkového a plážového volejbalu .....	46
Graf 15 – Porovnání činnost vzniku úrazu u plážového a šestkového volejbalu .....	47
Graf 16 – Porovnání ošetření úrazu u šestkového a plážového volejbalu .....	47
Graf 17 - Porovnání doléčení zranění u šestkového a plážového volejbalu .....	48
Graf 18 – Porovnání návštěvy fyzioterapie po zranění u šestkového a plážového volejbalu .....	49
Graf 19 – Porovnání návštěvy lékařských prohlídek u šestkového a plážového volejbalu .....	49
Graf 20 – Porovnání situace používání kompenzačních pomůcek u plážového a šestkového volejbalu .....	50
Graf 21 – Porovnání kompenzačních pomůcek u šestkového a plážového volejbalu ..	50
Graf 22 - Rozcvičení .....	51
Graf 23 - Protahování .....	51
Graf 24 – Porovnání forem regenerace u plážového a šestkového volejbalu.....	52
Graf 25 – Porovnání intervalu regenerace u plážového a šestkového volejbalu .....	52
Graf 26 - Fungování fyzioterapeuta v klubu u šestkového a plážového volejbalu .....	53
Graf 27 - Důvod návštěvy fyzioterapie u šestkového a plážového volejbalu .....	53

Graf 28 - Činnosti fyzioterapie u plážového a šestkového volejbalu .....	54
Graf 29 - Porovnání poranění u mužů a žen v celém výzkumném souboru.....	55
Graf 30 - Porovnání poranění mužů a žen u plážového volejbalu .....	56
Graf 31 - Porovnání poranění mužů a žen u šestkového volejbalu .....	56

## **Příloha 2: Seznam tabulek**

Tabulka 1 - Zapojené svaly při útočné úderu ve volejbale (Haník et al., 2008).....	18
Tabulka 2 - Věk hráčů a hráček plážového volejbalu .....	36
Tabulka 3 - Věk hráčů a hráček šestkového volejbalu .....	36
Tabulka 4 - Čas tréninku hráčů a hráček plážového volejbalu (hodin) .....	39
Tabulka 5 - Čas tréninku hráčů a hráček šestkového volejbalu (hodin).....	39
Tabulka 6- Doba léčení po zranění (dny) .....	48

## Příloha 3: Vyjádření etické komise

UNIVERZITA KARLOVA  
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU  
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6 - Veveslavín

### Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

k projektu výzkumné, kvalifikační či seminární práce zahrnující lidské účastníky

**Název projektu:** Zranění a jejich prevence u hráček a hráčů volejbalu a plážového volejbalu

**Forma projektu:** výzkumná práce - diplomová práce

**Období realizace:** 9/2022 - 4/2023

Výzkum bude realizován v souladu s platnými epidemiologickými opatřeními Ministerstva zdravotnictví ČR.

**Předkladatel:** Olga Drahorádová, Bc.

**Hlavní řešitel:** Olga Drahorádová, Bc.

**Místo výzkumu (pracoviště):** elektronický dotazník

**Vedoucí práce (v případě studentské práce):** PhDr. Jan Čurboch, Ph.D.

**Popis projektu:** Diplomová práce se bude zabývat zraněním ve volejbalu u hráček a hráčů nejvyšší soutěže volejbalu a plážového volejbalu v České republice. Bude zkoumat jejich četnost, druhy a lokalizace zranění, úrazové mechanismy, rizikové faktory, dále bude porovnávat vliv zranění na nejednotlivé posty hráčů na hřišti a na pohlaví. Hlavním cílem bude zmapování a porovnání nejčastějších druhů zranění šestkového a plážového volejbalu u vrcholových hráčů v České republice. Pro výzkum bude využit vlastní nestandardizovaný dotazník s uzavřenými a poloúpravěnými otázkami, který bude odeslán elektronicky extraligovým hráčům volejbalu a plážového volejbalu. Kontakty na respondenty budou zajištěny přes Český volejbalový svaz (viz níže - pozvání organizacím) a kladené otázky nebudou zjišťovat žádná citlivá data.

**Charakteristika účastníků výzkumu:** hráči a hráčky nejvyšší soutěže šestkového a plážového volejbalu v České republice, předpokládaný počet účastníků je 80, ve věku od 18 - 35 let.

**Zajištění bezpečnosti:** Jedná se o neinvazivní metodu. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika v rámci tohoto typu výzkumu.

**Etické aspekty výzkumu:** Výzkumu se nebude účastnit žádná zranitelná skupina.

**Potenciální střet zájmů:** Neexistuje žádná skutečnost, která by ovlivnila integritu výzkumu, protože výzkum nepovede k osobnímu prospěchu. Výzkum není prováděn pro žádnou instituci či organizaci. Nejsm v pracovním právním (ani rodinném) vztahu k žádnému účastníkovi výzkumu. Nemám soukromý zájem na výsledku výzkumu a ani výzkum nevede k osobnímu prospěchu. Vedoucí práce bude dohlížet nad korektností a nezájmovostí posuzování výsledků výzkumu mou osobou. Neexistuje žádná skutečnost, která by mohla ohrozit integritu a důvěryhodnost výzkumu.

**Ochrana osobních dat:** Ochrana osobních dat: Data budou shromažďována a zpracovávána v souladu s pravidly vymezenými nařízením Evropské unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb. - o zpracování osobních údajů. Budou získávány následující osobní údaje - pohlaví a věk, odpovědi na otázky v dotazníku - které budou bezpečně uchovány na heslem zajištěném počítači v uzamčeném prostoru. Přístup k nim bude mít hlavní řešitel.

Uvědomuji si, že text je anonymizován, neobsahuje-li jakékoli informace, které jednotlivě či ve svém souhrnu mohou vést k identifikaci konkrétní osoby - budu dbát na to, aby jednotlivé osoby nebyly rozpoznatelné v textu práce. Osobní data, která by vedla k identifikaci účastníků výzkumu, budou bezprostředně do 1 dne po testování anonymizována. Získaná data budou zpracovávána, bezpečně uchována a publikována v anonymní podobě v diplomové práci, případně v odborných časopisech, monografiích a prezentována na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS.

**Požizování fotografií/vidео/аudio nahrávek účastníků:** Během výzkumu nebudou pořizovány žádné fotografie, audionahrávky ani videozáznam. V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

**Text informovaného souhlasu (IS):** zjednodušený IS ve formě úvodu k dotazníku přiložen

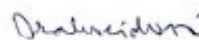
Povinnosti všech účastníků výzkumu na straně řešitele je chránit život, zdraví, důstojnost, integritu, právo na sebestačnost, soukromí a osobní data zkoumaných subjektů, a podniknout k tomu veškerá preventivní opatření. Odpovědnost za ochranu zkoumaných subjektů leží vždy na účastnících výzkumu na straně řešitele, nikdy na zkoumaných, byť dali svůj souhlas k účasti na výzkumu. Všichni účastníci výzkumu na straně řešitele musí brát v potaz etické, právní a regulační normy a standardy výzkumu na lidských subjektech, které platí v České republice, stejně jako ty, jež platí mezinárodně.

UNIVERZITA KARLOVA  
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU  
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

Potvrzují, že tento popis projektu odpovídá návrhu realizace projektu a že při jakékoli změně projektu, zejména použitých metod, zašlu Etické komisi UK FTVS revidovanou žádost.

V Praze dne: 5. 5. 2022

Podpis předkladatele:



Datum a podpis odpovědného pracovníka z místa výzkumu

### Vyjádření Etické komise UK FTVS

**Složení komise: Předsedkyně:** doc. PhDr. Irena Parry Martinková, Ph.D.

**Členové:** prof. MUDr. Jan Heller, CSc.

Mgr. Eva Prokešová, Ph.D.

prof. PhDr. Pavel Slepíčka, DrSc.

Mgr. Tomáš Ruda, Ph.D.

PhDr. Pavel Hráský, Ph.D.

MUDr. Simona Majorová

Projekt práce byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod jednacím číslem: ..... 095/2022


dne: ..... 3. 6. 2022

Etická komise UK FTVS zhodnotila předložený projekt a neshledala rozpory s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směnicemi pro provádění výzkumu zahrnujícího lidské účastníky.

**Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu Etické komise UK FTVS.**

UNIVERZITA KARLOVA  
Fakulta tělesné výchovy a sportu  
razítko UK FTVS  
Josef Martího 31, 162 52, Praha 6

- 20 -

  
podpis předsedkyně EK UK FTVS

## **Příloha 4: Úvod k dotazníku**

Jmenuji se Olga Drahorádová a jsem studentkou prvního ročníku navazujícího magisterského studia Fyzioterapie na UK FTVS. Pro účely své diplomové práce, na téma Zranění a jejich prevence u hráček a hráčů volejbalu a plážového volejbalu, bych Vás chtěla požádat o vyplnění následujícího dotazníku. Jeho vyplnění Vám zabere cca 10 minut.

Cílem diplomové práce je porovnání nejčastějších druhů zranění u vrcholových hráčů nebo hráček v šestkovém a plážovém volejbalu v České republice a zmatování zkušeností s jeho následující rekonvalescencí. Chtěla bych zjistit s jakým druhem zranění se hráči nebo hráčky nejčastěji potýkají a jaká preventivní opatření používají před poškozením pohybového aparátu.

Výzkum byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod číslem: 95/22

Vyplnění dotazníku je určen pouze pro hráče a hráčky plážového nebo šestkového volejbalu nejvyšší soutěže v České republice ve věku od 18 let do 35 let. Dotazník prosím vyplňte do konce dubna 2023.

Výsledky dotazníkového šetření budou následně statisticky zpracovány formou tabulek a grafů. Budou vyhledávány souvislosti a odlišnosti mezi daty hráčů nebo hráček šestkového volejbalu a daty získanými od hráčů nebo hráček volejbalu plážového.

Získaná data budou zpracována, publikována a uchována v anonymní podobě, budou využita pro zpracování diplomové práce na UK FTVS a ochráněna před jiným užitím. S výsledky studie se budete moci seznámit na emailové adrese: [drahoradovao@seznam.cz](mailto:drahoradovao@seznam.cz)

Vyplněním a odevzdáním dotazníku potvrzujete, že dobrovolně souhlasíte se svojí účastí v této výzkumné studii, o které jste byl/a informován/a, jakož i o právu odmítnout účast nebo svůj souhlas kdykoli odvolat bez represí, a to písemně Etické komisi UK FTVS.

Předem děkuji za Vaši ochotu a spolupráci!

## Příloha 5: Dotazník

### 1) Osobní informace

Pohlaví:

- Žena
- Muž

Věk: .....

Jaký typ volejbalu provozujete?

- Šestkový volejbal
- Plážový volejbal

Kolik hodin týdně trénujete?: .....

Jaký post hrajete?

- Smečář
- Blokař
- Nahrávač
- Univerzál
- Libero
- Polař

### 2) Úrazy

Stal se vám někdy úraz na volejbale?

- Ano
- Ne

Jakou část jste si ve volejbale poranil a o jaký typ úrazu se jednalo?

	Zlomenina	Luxace	Natažení vazy/svalu	Ruptura vazy/svalu	Kontuze
Hlezenní kloub	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kolenní kloub	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ramenní kloub	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Loketní kloub	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bederní páteř	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Prsty	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zápěstí	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jiné	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Při jaké činnosti se vám stal úraz?

- Při tréninku
- Při zápase

Jak probíhalo následné ošetření po úraze (lze zaškrtnout více odpovědí)?

- Ledování
- Klidový režim
- Tejpování
- Aplikace ortézy nebo bandáže
- Aplikace sádry
- Operační řešení
- Jiné

Pracoval s vámi po zranění fyzioterapeut?

- Ano
- Ne

Uveďte dobu léčení po zranění: (uveďte tu nejzazší dobu): .....

Doléčujete poctivě svá zranění?

- Ano
- Ne

### 3) **Prevence**

Chodíte pravidelně na lékařské prohlídky?

- Ano
- Ne

Používáte nějaké kompenzační pomůcky? Jestli ano, jaké:

- Ortézy/bandáže
- Epikondylární pásku
- Patelární pásku
- Tejpy
- Jiné:

Kdy používáte kompenzační pomůcky? (Jestli žádné pomůcky nepoužíváte, tuto otázku nevyplňujte)

- Pouze při tréninku
- Pouze při zápase
- Vždy
- Pouze při bolesti

Rozcvičujete se pravidelně před zápasem/tréninkem?

- Pravidelně
- Nepravidelně
- Vůbec

Protahujete se pravidelně po zápase/tréninku?

- Pravidelně
- Nepravidelně
- Vůbec

Využíváte nějaké formy regenerace? Jestli ano, jaké:

- Masáž
- Saunu
- Vířivku
- Kryoterapii
- Plavání
- Jógu
- Jiné:

Jak často regenerujete?

- Nikdy
- 1-2x týdně
- 1x za 14 dní
- 1 x měsíčně
- Jiné:

#### 4) Fyzioterapie

Funguje u vás v klubu fyzioterapeut?

- Ano
- Ne
- Ne, ale navštěvuji ho mimo klub

Kdy navštěvujete fyzioterapeuta?

- Pravidelně
- Nepravidelně
- Pouze při potížích
- Pracuje pouze skupinově

Jaké činnosti s vámi vykonává? (Lze zatrhnout více odpovědí):

- Měkké techniky/masáž
- Mobilizace
- Kompenzační cvičení individuální
- Kompenzační cvičení skupinové
- Fyzikální terapii
- Jiné: